



## 爱美能延年益寿



在一个山清水秀的小山村，住着一位104岁的长寿老人。她神采奕奕，红光满面。当记者给她拍照时，她马上整理好衣服，端正姿势。拍了几张后，她还不满足，说要换套衣服再拍。正当记者要按下快门时，她却喊了句“停”，然后到门外拿了一根漂亮的拐杖，把原来那根木拐杖丢一边去了，把大家逗得哈哈大笑。

上海高龄寿星109岁李素清老人，也爱美爱打扮，头发箍向脑后，穿花纹衬衫，干净整洁，很精神。

从健康保健和心理保健的角度来讲，爱美爱俏是身心健康的表现，追求美、热爱美、欣赏美、享受美，能减缓对身体渐渐衰老的恐惧，心态年轻了，人也自信了，这也是长寿的秘诀。

国外学者曾对1438名60岁~80岁平时讲究修饰打扮的老年人进行调查，发现其中90%以上的人比他们实际年龄要年轻得多。医学专家也曾调查过3000余名老年人，发现注重着装、喜欢“老来俏”的老年人，患高血压、溃疡病、癌症等与精神因素有关的疾病比普通老

年人少30%左右。心理学家认为，老年人适当修饰与美容，会给他们带来青春的活力，潇洒大方的仪容常使他们感到年轻。这种“我还年轻”的心理，会给老年人带来愉悦和满足感，对增进健康、延年益寿是很有益处的。因为这种心理状态能够促进体内分泌出更多的酶、乙酰胆碱、去甲肾上腺素等生物物质，这些生物物质分泌的增加能使体内血流量、神经细胞的兴奋状态及内脏器官的代谢活动调节到最佳状态，并能增强机体免疫系统的功能。这就是老年人讲究美能够促进身心健康的奥秘所在。

几年前，日本东京一家医院尝试了一种新疗法——化妆疗法。方法是经常给患重病的老人换穿西装、皮鞋，把头发梳理整齐，女性患者还适当涂口红，薄施粉黛等。结果发现，89%的患者表情呈现出乔装打扮带来的振奋感。特别值得一提的是，化妆疗法对老年心理方面的疾病有十分显著的治疗效果。因此，老年人应该在衣着和修饰上下点功夫，多讲究一些，争取再漂亮一些，这对延年益寿大有好处。(王延群)

## 邵逸夫两段浪漫爱情传奇故事

摘要：邵逸夫是享誉全世界的香港影视界大亨，他拍摄了中国第一部有声电影，建造了亚洲最大的电影拍摄基地，掌握了全球最大的中文电视节目制作公司。1998年，由于他的卓越贡献，香港特区政府为他颁发了大紫荆勋章。2002年，堪与“诺贝尔奖”媲美的国际性奖项“邵逸夫奖”在香港宣布成立，以每项100万美元的奖金，表彰全球对人类生活有深远影响的科学家。邵逸夫以个人财产成立的“邵氏基金”，为内地教育文化事业捐款共达25亿港元，“逸夫楼”几乎成了中国高校群中的一种人文景观。邵逸夫创办的邵氏电影公司拍摄了许多电影史上脍炙人口的爱情故事，而他一生的爱情故事也像电影一样充满了浪漫的传奇色彩……

(一)

1907年，邵逸夫出生于上海一个富有家庭，父亲是上海锦泰昌颜料公司的老板。他在兄弟姐妹中排行老六，所以香港影视圈尊称他为“六叔”。

邵逸夫从小天资聪颖，尤其痴迷于戏剧与电影。那时，他最大的梦想是能在电影行业中大展身手。1925年，邵逸夫中学毕业后，应三哥之邀赴新加坡，开始涉足电影业。在新加坡和马来西亚，邵氏兄弟亲自扛着放映机和影片，在烈日下长途跋涉，深入到华侨众多的农场去放露天电影。那时的放映设备很落后，要用手一格一格地摇片子，一场电影放下来，直累得腰酸手痛，但邵逸夫硬是咬咬牙挺了过来。他们用几年的时间，走遍了新加坡和马来西亚的大小乡镇。

新加坡最著名的富豪余东璇十分赏识邵氏兄弟，邀请他们到家中作客。那天，他们应邀来到余府，余东璇亲自出门迎接，身边还站着一位身着白色连衣裙、清新脱俗、气质高贵典雅的美貌女子。余东璇介绍说：这是黄美珍小姐。谁知，邵逸夫对黄美珍一见倾心。黄美珍也被才华横溢的邵逸夫深深地吸引了。通过交谈，两人大有相见恨晚之感。

可令邵逸夫隐隐感到不安的是黄美珍是余东璇的女友，而余东璇又对自己有恩，这该怎么办呢？一边有情，一边有义，邵逸夫的内心陷入了矛盾的痛苦中。当他和黄美珍的闲话传到余东璇耳朵里时，余东璇置之一笑，说：“美珍喜欢电影，有逸夫这样懂电影的行家陪着，不用整天在家闷着闷着，这是好事。看着他们在一起玩得那么开心，我也高兴啊！”

随着感情的与日俱增，黄美珍多地参与了邵氏机构的内部事务，积极地出谋划策。1929年，邵逸夫决定尝试拍有声电影，他的这个大胆想法立刻得到了黄美珍的认可。在黄美珍的支持和鼓励下，邵逸夫决定到美国考察，并买一批拍有声电影的设备，当时没有飞机可乘，只好坐轮船去，他一路上晕船，吐得死去活来，差点把命丢在太平洋上。

1932年，邵氏兄弟终于在香港摄制完成了中国第一部有声电影《白金龙》，开创了中国有声电影的新纪元。这部影片让邵逸夫赚了一大笔钱，声名鹊起。

邵逸夫和黄美珍越来越觉得彼此再也分不开了。终于有一天，邵逸夫鼓起勇气亲自来到余府，坦白地向余东璇倾吐了他和黄美珍相爱的事。



邵逸夫(左一)与结发妻黄美珍(前)等人在一起

1937年，邵逸夫与黄美珍在新加坡举行了热烈而隆重的婚礼。

那一天，余东璇还送来了50万元的大礼向他们表示祝贺。每次一提起余东璇，邵逸夫就热泪盈眶，对这位宽厚仁慈的前辈心怀感激。结婚后，邵逸夫与黄美珍都十分珍惜这来之不易的婚姻。

(二)

1952年，邵逸夫生命中另一位重要的女性出现了。那天夜晚，他来到邵氏戏院楼上的夜总会听歌。刚开始的几场表演看得他昏昏欲睡，正准备离去时，主持人说：“各位，下面请红遍南洋的女歌星方逸华小姐演唱一首《花月佳期》。”听了“方逸华”三个字，邵逸夫觉得相当耳熟，他挥手招来侍者，轻轻地问：“这位方小姐好像在哪里听说过？”侍者说：“方小姐是最近红遍南洋的歌手，她的母亲就是20年前上海‘舞国红星’方文霞。”邵逸夫这才恍然大悟，立即让侍者给方逸华送上一大束鲜花。

一会儿，方逸华便微笑着来到邵逸夫面前。那天晚上演唱结束后，受邵逸夫之邀，方逸华换上一套素雅的旗袍，两人来到一间环境清静的酒楼，边吃夜宵边聊天。方逸华谈起童年时在上海的种种趣事，在南洋演出时的种种



邵逸夫与第二任妻子

见闻，邵逸夫入神地听着，偶尔一阵爽朗的笑声，一句睿智的话语，令方逸华觉得坐在眼前的不是一个高不可攀的电影大亨，而是一位亲切的兄长，一位和蔼的老师，一位幽默的朋友。

那一席长谈，邵逸夫惊喜地发现方逸华不仅人长得美，歌唱得好，而且竟还懂得许多经营管理上的事，于是力邀她加盟邵氏公司。

当时方逸华的歌唱事业如日中天，许多人都劝她不要离去，但她还是不顾一切地退出了歌坛。

果然方逸华没有让邵逸夫失望，自从进入邵氏公司之后，她认真学习管理知识，全身心地投入到工作中去，很快便成了邵逸夫在事业筹划上的智囊与最得力的助手。几年时间，在她的鼎力协助下，邵逸夫很快就再创昔日电影业的辉煌。1957年，邵逸夫从新加坡来到香港，投巨资建起了一座电影城——邵氏兄弟电影制片厂。

在方逸华的极力推荐下，邵逸夫动用100万港币，大胆起用年仅30岁的李翰祥担任导演。李翰祥不负众望，以《江山美人》创下当时香港电影票房最高纪录，并且囊括了第五届亚洲电影节五项大奖。之后，邵逸夫不惜重金，把《杨贵妃》、《梁山伯和祝英台》搬上银幕，这两部巨片在香港、台湾以至东南亚一带掀起了一股中国片的狂潮。

邵氏电影公司20多年间所摄制的影片有1000余部，旗下电影院达200家，每天观众大约有100万人，邵氏影城全盛时期，员工超过1300人，被外国传媒誉为“东方的好莱坞”。从1959年到1973年，邵氏公司的影片，在历届亚洲电影节中共得大小奖项46项，创下了中国电影史上的最高纪录。

虽然邵氏身边不乏出众的红粉佳人，但真正能让邵逸夫将公事私事都放心交代的，却只有方逸华一人。在方逸华的精打细算下，邵氏影业一次次从低谷中冲了出来，这使她有了一种与邵逸夫同舟共济的感觉。

正当邵氏影业全盛之时，电影受到电视的挑战和威胁，这时，方逸华又独具慧眼，建议邵逸夫投资电视。在她的努力和支持下，邵逸夫花一大笔钱去竞拍无线电视的经营权，结果一举获得了巨大成功。

(三)

1987年，邵逸夫的结发妻子黄美珍于美国病逝，享年85岁。

黄美珍病逝后，尽管邵逸夫和方逸华的结婚在众人眼中是迟早的事，但邵逸夫面对记者的一次次追问都笑着以“没打算”为由搪塞。

直到1997年，黄美珍逝世10年后，邵逸夫终于决定再婚，迎娶已将他最宝贵的40多年时间奉献给邵氏的方逸华。

1997年5月6日，邵逸夫和方逸华来到美国拉斯韦加斯登记并举行婚礼。90岁的新郎邵逸夫，62岁的新娘方逸华，近半个世纪像电影一样传奇浪漫的爱情，终于有了圆满的结局。

## 老布什夫妇婚姻长久秘诀是生活多些调侃



据英国《每日邮报》网站1月7日报道，美国前总统老布什（乔治·W·H·布什）和妻子芭芭拉6日迎来了第69个结婚纪念日，两人于1945年1月6日在纽约喜结连理，他们的结婚时间堪称美国总统婚姻之最。

由于芭芭拉刚从休斯敦理工公

医院治疗肺炎返家不久，两人在家中低调地庆祝了这个纪念日。

老布什的发言人吉姆在接受媒体采访时表示：“他们认为他们的结婚时间不是最长的，但他们依旧彼此相爱和忠诚。”

吉姆称，老布什夫妇婚姻长久的秘诀，就是用爱和敬重来对待彼此，当然生活中多一些调侃也是必不可少的。

吉姆说：“对于他们两人而言，很难想象缺乏对方的生活将是什么样子，这就是为什么69年相濡以沫是何等的一件幸事。”

关于老布什夫妇的恋爱史，据称两人在一场圣诞舞会上首次相遇，一见钟情。当时芭芭拉年仅16岁，而老布什17岁。

目前，老布什夫妇膝下有6个孩子，其中包括曾担任美国总统的乔治·W·布什。(据《中国日报》)



email:wei huili@21cn.com